క్లుప్తంగా

పరస్‌వాడ, కొలాంగూడ గ్రామాల సందర్శన


ప్రజలతో మాట్లాడుతున్న ఎంపీడీవో

కెరమెరి: మండలంలోని కెలిబి గ్రామ పంచాయతీలోని పరస్‌వాడ, కొలాంగూడ గ్రామాలను ఆదివారం ఎంపీడీవో సత్యనారాయణగౌడ్ సందర్శించారు. ఆయా గ్రామాల్లో నెలకొన్న సమస్యలపై ఆరా తీశారు. నీటి సౌకర్యం, మిషన్ భగీరథ పని తీరు, పైప్‌లైన్‌ల ఏర్పాటు తదితర అంశాలపై ప్రజలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. బావి కావాలని ప్రజలు కోరగా జీపీలో తీర్మానం చేస్తే పనులు ప్రారంభిస్తామన్నారు. ఆయన వెంట ఈజీఎస్ టీఏ జాదవ్ రవీందర్ ఉన్నారు.

గ్రంథాలయానికి కుర్చీల విరాళం


కుర్చీలు అందజేస్తున్న ప్రభాకర్

రెబ్బెన: మండల కేంద్రంలోని గ్రంథాలయానికి ఆదివారం రిటైర్డ్ జిల్లా గ్రంథాలయ కార్యదర్శి ప్రభాకర్ కుర్చీలు విరాళంగా అందజేశారు. గ్రంథాలయంలో సరిపడా కుర్చీలు లేకపోవడంతో తన వంతు సహాయంగా 10 కుర్చీలతో పాటు ఆఫీసు కుర్చీని ఆదివారం లైబ్రేరియన్ స్వర్ణలతకు అందజేశారు. కార్యక్రమంలో ఏపీఎం రాజ్‌కుమార్, ఉపాధ్యాయులు శ్రీనివాస్, అజయ్, పాఠకులు శ్రీజ, లక్ష్మి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పూర్వ విద్యార్థికి ఆర్థిక సాయం


ఆర్థిక సాయం అందజేస్తున్న పూర్వ విద్యార్థులు

రెబ్బెన: మండలంలోని గోలేటి టౌన్‌షిప్‌లో అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న సింగరేణి ఉన్నత పాఠశాల పూర్వ విద్యార్థి సిరికొండ తిరుపతికి మహాసమ్మేళనం తరఫున ఆదివారం కమిటీ సభ్యులు ఆర్థిక సాయం అందజేశారు. సింగరేణి ఉన్నత పాఠశాల 1996 -97 పదో తరగతి బ్యాచ్‌కు చెందిన విద్యార్థులు తిరుపతి కుటుంబానికి రూ.10వేల ఆర్థిక సాయం అందజేశారు. కార్యక్రమంలో పూర్వ విద్యార్థులు పోటు శ్రీధర్‌రెడ్డి, దాట్ల శ్రీనివాస్, బోగే ఉపేందర్‌లు పాల్గొన్నారు.

వాలీబాల్ టోర్నమెంట్

పెంచికల్‌పేట్: మండల కేంద్రంలోని పోలీస్‌స్టేషన్ ఆవరణలో ఈ నెల 28, 29 తేదీల్లో పోలీసులు మీకోసం కార్యక్రమంలో భాగంగా మండలస్థాయి వాలీబాల్ టోర్నమెంట్ నిర్వహిస్తున్నట్లు ఎస్సై విజయ్‌కుమార్ ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 12 గ్రామ పంచాయతీలకు చెందిన క్రీడాకారులు స్థానిక పోలీస్‌స్టేషన్‌లో పేర్లను నమోదు చేసుకోవాలని ఆయన సూచించారు.

సాక్షి సినిమాలు

ఆసిఫాబాద్
కుమురంభీం : బలగం
కాగజ్‌నగర్
వెంకటరమణ : బలగం
- ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్

కూరగాయల ధరలు

కూరగాయలు	ధర(కిలో)
టమాటా	రూ.20
సిమ్లామిర్చి	80
దోసకాయ	60
చామగడ్డ	80
వంకాయ	60
బీరకాయ	60
కాకరకాయ	50
బెండకాయ	60
అలసంద	40
దొండకాయ	60
పచ్చిమిర్చి	50
పాలకూర	40
సోరకాయ	60
చిక్కుడు కాయ	30
గోబి(పూల్)	40
క్యాబేజ	40

-ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్

నిబంధనలు బేఖాతరు

- జాతీయ రహదారికి ఆనుకొని దుకాణాలు
- వందల సంఖ్యలో భారీ వాహనాల రాకపోకలు
- గతంలోనూ లారీలు దుకాణాల్లోకి దూసుకెళ్లిన సంఘటనలు
- పట్టించుకోని అధికారులు


పండ్ల దుకాణం మీదుగా వెళ్లి విద్యుత్ స్తంభాన్ని ఢీకొట్టిన లారీ (ఫైల్)


హైదరాబాద్ -నాగ్‌పూర్ జాతీయ రహదారికి ఆనుకొని ఉన్న చిరువ్యాపారులు

వాంకిడి: మండల కేంద్రంలో అద్దె గదులకు కిరాయి చెల్లించలేని చిరు వ్యాపారులు జన సంచారం అధికంగా ఉన్న ప్రాంతాల్లో రహదారులకు ఆనుకుని టార్పాలిన్ షెడ్లలో దుకాణాలు నిర్వహిస్తున్నారు. మండల కేంద్రం గుండా నూతనంగా నిర్మిస్తున్న నాలుగు వరుసల జాతీయ రహదారి 363 మీదుగా నిత్యం వందల సంఖ్యలో భారీ వాహనాల రాకపోకలు సాగుతున్న నేపథ్యంలో ఏదైనా వాహనం అదుపుతప్పి దుకాణాలపైకి దూసుకెళ్తే తీవ్ర నష్టం వాటిల్లే ప్రమాదం ఉందని స్థానికులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. చిరువ్యాపారాల కోసం దుకాణాల ఏర్పాటుకు రహదారులకు దూరంగా ప్రత్యేక స్థలాన్ని కేటాయించాల్సిన అధికారులు రోడ్డు మీద వ్యాపారాలు జరపకుండా సున్నంతో హద్దు రేఖ గీసి చేతులు దులుపుకున్నారు.

పట్టించుకోని పంచాయతీ అధికారులు..

జాతీయ రహదారికి ఇరువైపులా జన సంచారం అధికంగా ఉండే మార్కెట్ ఏరియాలో చిరువ్యాపారులు ప్రమాదకరంగా దుకాణాలు ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. ఉన్నతాధికారులు, ప్రజాప్రతినిధుల ఆదేశాల మేరకు రెండు వారాల క్రితం పంచాయతీ సిబ్బంది సున్నంతో సేఫ్ లైన్ వేశారు. సేఫ్ లైన్ అవలికి దుకాణాలు జరుపుకోవాలని నిబంధనలు విధించారు. అయితే కేవలం ఇద్దరు వ్యాపారులు మాత్రమే స్పందించి దుకాణాలను రోడ్డుకు దూరంగా జరుపుకున్నారు. మిగితా వారు పంచాయతీ అధికారుల నిబంధనలు బేఖాతరు చేశారు. దీంతో వెనక్కి జరిగిన వ్యాపారులు తమకు గిరాకీ రావడం లేదని వాపోతున్నారు. నిబంధనలను అందరు పాటించేలా కఠినంగా వ్యవహరించాలని కోరుతున్నారు.

గతంలో పలుమార్లు ప్రమాదాలు..

మండల కేంద్రంలోని జాతీయ రహదారిపై పలుమార్లు వాహనాలు అదుపుతప్పి ప్రమాదాలు జరిగిన సంఘటనలు ఉన్నాయి. అక్టోబర్, 2021లో ఓ భారీ ట్యాంకర్ బ్రేకులు ఫెయిలై ఓ కిరాణ దుకాణంలోకి దూసుకెళ్లడంతో దుకాణం ముందు ద్విచక్రవాహనంపై ఉన్న ఓ యువకుడు లారీ కింద ఇరుక్కుని దుర్మణం పాలయ్యాడు. ఏప్రిల్, 2021లో ఓ టిప్పర్ వాహనం మార్కెట్ ఏరియాలోనే కొత్త ఎస్‌బీఐ సమీపంలోకి దూసుకెళ్లింది. ఆ రోజు ఆదివారం కావడంతో జనాలు ఎక్కువగా లేక పెను ప్రమాదం తప్పింది. ఈ ప్రమాదంలో అరటిపండ్ల బండి పూర్తిగా ధ్వంసమైంది. సీఎఫ్‌సీ సమీపంలోనూ గతంలో ఓ లారీ బ్రేకులు ఫెయిలై ట్రాన్స్‌ఫార్మర్ మీదికి దూసుకెళ్లింది.

చర్యలు తీసుకోవాలి



రహదారికి దగ్గరలో ఉన్న దుకాణాలను వెనక్కి జరపాలని పంచాయతీ అధికారులు ఇటీవల సున్నంతో లైనింగ్ వేశారు. వారి సూచనల మేరకు నా షాప్ టేలాను వెనక్కి జరిపాను. ఇతర దుకాణదారులు జరపకపోవడంతో నా షాప్ ఎవరికి కన్పించడం లేదు. దీంతో గిరాకీ బాగా తగ్గింది. పంచాయతీ అధికారులు అందరికి సమానంగా నిబంధనలు వర్తించేలా చర్యలు తీసుకోవాలి.

- పిప్పిరి సురేశ్, పాన్‌షాప్ నిర్వాహకుడు

అవగాహన కల్పిస్తాం



రెండు వారాల క్రితం దుకాణాలను రోడ్డుకు దూరంగా ఏర్పాటు చేసుకోవాలని చిరువ్యాపారులకు సూచించాం. రోడ్డు మీద వ్యాపారాలు కొనసాగకుండా సున్నంతో లైన్‌వేసి హద్దులు ఏర్పాటు చేశాం. ప్రమాదాలపై వారికి అవగాహన కల్పించి దుకాణాలు రోడ్డుకు దూరంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటాం.

- శివకుమార్, పంచాయతీ కార్యదర్శి, వాంకిడి

భక్తిశ్రద్ధలతో పల్లకి ఊరేగింపు


కార్తీక్ మహరాజ్ పల్లకిని ఊరేగిస్తున్న భక్తులు

కౌటాల: ఈ నెల 23న మండలంలోని తుమ్మిడిహెట్టి ప్రాణహిత పుష్కరఘాట్ నుంచి ప్రారంభమైన కార్తీక్ మహరాజ్ పల్లకి ఊరేగింపు యాత్ర ఆదివారం మండలంలోని వీరవెల్లి గ్రామానికి చేరుకుంది. గ్రామంలోని మహిళలు, భక్తులు ఊరేగింపు యాత్రలో పాల్గొని భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. శ్రీరామనవమి పురస్కరించుకొని మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో పల్లకి ఊరేగింపు నిర్వహించి ఈ నెల 30న తుమ్మిడిహెట్టి కార్తీక్ మహరాజ్ ఆలయానికి చేరుకుంటామని కమిటీ సభ్యులు ప్రకాశ్‌గౌడ్, భాస్కర్ తెలిపారు.

రేకులు, సామగ్రి అందజేత..

మండలంలో ఆదివారం కురిసిన వర్షానికి మండలంలోని వీరవెల్లి గ్రామంలో సత్పుతె ప్రకాశ్‌కు చెందిన ఇల్లు కూలిపోవడంతో కార్తీక్ మహరాజ్ భక్తులు ఆర్థికసాయం అందజేశారు. పల్లకి ఊరేగింపు సందర్భంగా వీరవెల్లికి చేరుకున్న సందర్భంలో కార్తీక్ మహరాజ్ భక్తుడైన ప్రకాశ్ ఇల్లు కూలిన విషయం తెలుసుకున్న కమిటీ సభ్యులు విరాళాలు సేకరించి రూ.15వేలతో రేకులు, సామగ్రి అందజేశారు. కార్యక్రమంలో భాస్కర్, బండు, నారులే వాసుపటేల్, చౌదరి సునీల్, మనోహర్, తిరుపతి, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామాల్లో శ్రీరాముని పల్లకి ఊరేగింపు

మండలంలోని వీర్దండి గ్రామ సమీపంలోని పెన్‌గంగా నది ఒడ్డున గల బీర్య హనుమాన్ మందిర్ ఆధ్వర్యంలో భక్తులు శ్రీరాముని పల్లకిని భక్తిశ్రద్ధలతో ఆదివారం ఊరేగించారు. ఆలయ అర్చకుడు మారుతి మహరాజ్ ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని వీర్దండి, గుడ్లబోరి గ్రామాల్లో పల్లకిని ఊరేగించారు. ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షుడు పర్చాకే బండు, సభ్యులు పెందోర్ కాళిదాస్, ఆత్మరాం, భక్తులు పాల్గొన్నారు.

కనక దుర్గాదేవి ఆలయంలో అన్నదానం


భక్తులకు అన్నం వడ్డిస్తున్న దేవార వినోద్

రెబ్బెన: ఇందిరానగర్‌లోని కనక దుర్గాదేవి ఆలయంలో ఆదివారం ఆలయ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో భక్తులకు అన్నదానం ఏర్పాటు చేశారు. వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చిన భక్తులు ముందుగా అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అనంతరం ఆలయ పూజారి దేవార వినోద్, కమిటీ అధ్యక్షుడు మోడెం తిరుపతిగౌడ్‌ల ఆధ్వర్యంలో భక్తులకు అన్నదానం ఏర్పాటు చేశారు. ప్రతీ ఆదివారం అన్నదానం నిర్వహిస్తున్నట్లు ఈసందర్భంగా వారు తెలిపారు.

అసాంఘిక శక్తులకు దూరంగా ఉండాలి


పాతగూడలో క్రికెట్ కిట్ అందజేస్తున్న పోలీసులు

తిర్యాణి: అసాంఘిక శక్తులకు యువత దూరంగా ఉండాలని సీఐ నరేందర్, ఎస్సై రమేశ్‌లు అన్నారు. పోలీసులు మీకోసం కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆదివారం మంగి గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని పలు గ్రామాలను సందర్శించి యువతకు క్రికెట్ కిట్ అందజేశారు. వారు మాట్లాడుతూ విద్య ద్వారానే ఆదివాసీల సమగ్ర అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందన్నారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను క్రమం తప్పకుండా పాఠశాలలకు పంపించాలని సూచించారు. మత్తు పదార్థాలు, దురలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలని, ఎక్కడైనా గంజాయి సాగు చేస్తున్నట్లు తెలిస్తే వెంటనే పోలీసుల దృష్టికి తీసుకురావాలని కోరారు.

బీఆర్‌ఎస్ ఆత్మీయ సమ్మేళనాలు ఖరారు

బెల్లంపల్లి: అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంలో బీఆర్‌ఎస్ పార్టీ నిర్వహించే ఆత్మీయ సమ్మేళనాల తేదీలు ఖరారయ్యాయని ఎమ్మెల్యే దుర్గం చిన్నయ్య ప్రకటించారు. ఈ నెల 28వ తేదీన సింగరేణి బుధాగెస్ట్ హౌజ్‌లో బెల్లంపల్లి మండలం బుధాకుర్దు, చాకేపల్లి, చంద్రవెల్లి, బుధాకలాన్, లంబాడితండా, గురిజాల, మాల గురిజాల, దుగినేపల్లి, పెర్కపల్లి, బట్వాన్‌పల్లి గ్రామాల బీఆర్‌ఎస్ శ్రేణులతో ఆత్మీయ సమ్మేళనం ఉంటుందని తెలిపారు. 29న బెల్లంపల్లి కాల్‌టెక్స్ ప్రాంతంలోని వైష్ణవి ఫంక్షన్‌హాల్లో మున్సిపాలిటీలోని 7, 9, 11, 12, 13, 23, 24, 25, 26, 27వార్డుల పరిధిలోని బీఆర్‌ఎస్ శ్రేణులతో ఏప్రిల్ 1న బెల్లంపల్లి మున్సిపాలిటీలోని అగర్వాల్‌భవన్‌లో 1, 2, 3, 4, 14, 15, 16, 17, 18, 28, 29, 30వార్డుల శ్రేణులతో, 2వ తేదీన నెన్నెల మండలం ఆవుడం గ్రామంలో, 4వ తేదీన తాండూర్ మండలం రేచినీ గ్రామంలో, 5వ తేదీన వేమనపల్లి మండల కేంద్రంలో, 6న తాండూర్ మండల కేంద్రంలో, 13న బెల్లంపల్లి మున్సిపాలిటీ పద్మశాలి భవన్‌లో ఆత్మీయ సమ్మేళనాలను నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు.

సీసీరోడ్డు నిర్మాణ పనులు ప్రారంభం


పనులు ప్రారంభిస్తున్న జెడ్పీటీసీ, సర్పంచ్

రెబ్బెన: ప్రభుత్వం ఈజీఎస్ నిధులతో మంజూరు చేసిన సీసీరోడ్ల నిర్మాణాలతో పంచాయతీ పరిధిలోని అంతర్గత రోడ్లు అభివృద్ధి చెందుతున్నాయని జెడ్పీటీసీ వేముర్ల సంతోష్, రెబ్బెన సర్పంచ్ అహల్యాదేవిలు అన్నారు. మండల కేంద్రంలో రూ.15లక్షల ఈజీఎస్ నిధులతో చేపడుతున్న సీసీరోడ్డు నిర్మాణ పనులను ఆదివారం ప్రారంభించారు. వారు మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం మంజూరు చేస్తున్న సీసీరోడ్లతో అంతర్గత రహదారులు అభివృద్ధి చెందుతున్నాయన్నారు. కార్యక్రమంలో ఎంపీటీసీ పెసరు మధునయ్య, ఉపసర్పంచ్ మడ్డి శ్రీనివాస్, వార్డు సభ్యులు సీతారాం, సత్తమ్మ, రాజేష్ బీఆర్‌ఎస్ పట్టణ అధ్యక్షుడు అశోక్, మహిళా విభాగం జిల్లా నాయకురాలు శంకరమ్మ, మండల అధ్యక్షుడు అరుణ, పద్మ నాయకులు ఆనంద్, వస్రం నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కార్యకర్తల కుటుంబాలకు అండగా ఉంటాం


నివాళులర్పిస్తున్న ఎమ్మెల్యే కోనప్ప

కౌటాల: పార్టీ కార్యకర్తల కుటుంబాలకు అండగా ఉంటామని బీఆర్‌ఎస్ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు, సిర్పూర్(టి) ఎమ్మెల్యే కోనేరు కోనప్ప అన్నారు. మండలంలోని వీరవెల్లి గ్రామానికి చెందిన బీఆర్‌ఎస్ పార్టీ సీనియర్ కార్యకర్త చెంద్రి పుండలిక్ అనారోగ్యంతో మృతి చెందడంతో ఆదివారం ఎమ్మెల్యే నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా బాధిత కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు. ఆయన వెంట ఎంపీపీ బసర్కార్ విశ్వనాథ్, పార్టీ యూత్ మండల అధ్యక్షుడు తాళ్లపల్లి రవీందర్‌గౌడ్, నాయకులు మధూకర్, శ్రీనివాస్, సంతోష్, రాంచందర్, రమేశ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆలయ అభివృద్ధిలో భాగస్వాములు కావాలి

నార్నూర్: మండల కేంద్రంలోని వేంకటేశ్వర ఆలయ అభివృద్ధిలో ప్రజలు భాగస్వాములు కావాలని ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షుడు రాథోడ్ విఠల్ అన్నారు. ఆదివారం విజయ్‌నగర్ కాలనీలోని సేవాలాల్ మహరాజ్ కమ్యూనిటీ హాల్‌లో ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహించారు. మే 12న విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన, మే 10 నుంచి 12 వరకు పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. దివ్యశ్రీ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ ధారావత్ ప్రవీణ్‌నాయక్ రూ. 50 వేలు విరాళం అందజేశారు. కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ బానోత్ గజానంద్‌నాయక్, పీఏసీఎస్ చైర్మన్ అడే సురేశ్, ఉప సర్పంచ్ మహేందర్, కాంతరావు దుర్గే, ధర్మేందర్ అడే పాల్గొన్నారు.

పరీక్షా సమయం.. ఆరోగ్యం పదిలం

- ఏప్రిల్ 3 నుంచి 'పది' వార్షిక పరీక్షలు
- కొనసాగుతున్న విద్యార్థుల ప్రిపరేషన్
- ఉత్తమ ఫలితాల సాధనకు కృషి


మోడి ఆశ్రమ పాఠశాలలో పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న విద్యార్థినులు

కెరమెరి: పదో తరగతి వార్షిక పరీక్షలు ఏప్రిల్ 3 నుంచి ప్రారంభం కానున్నాయి. దీంతో విద్యార్థులు పుస్తకాలతో కుస్తీ పడుతున్నారు. ప్రస్తుతం ఒంటిపూట బడులు నడుస్తుండగా పదో తరగతి విద్యార్థులకు ప్రత్యేక తరగతులు కొనసాగుతున్నాయి. పరీక్షల ఒత్తిడిలో ఆహారంపై అశ్రద్ధ చేయకూడదని వైద్యులు విద్యార్థులకు సూచిస్తున్నారు.

478 మంది విద్యార్థులు

మండలంలో నాలుగు గిరిజన ఆశ్రమ ఉన్నత పాఠశాలలు, ఒక కేజీబీవీ, మూడు జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలు ఉన్నాయి. వీటిలో మొత్తం 478 మంది విద్యార్థులు పదోతరగతి పరీక్షలు రాయనున్నారు. మండలంలోని ఆశ్రమ ఉన్నత పాఠశాలలు మోడి, హట్టి, రాంజీగూడ, అనార్‌పల్లి, కేజీబీవీ విద్యార్థులకు హాస్టల్ వసతి ఉండడంతో సమయానికి భోజనం అందుతుంది. కాని కెరమెరి, గోయగాం, ఝరి పాఠశాలల్లో చదివే విద్యార్థులు సుదూర ప్రాంతాల నుంచి పాఠశాలకు చేరుకుంటున్నారు. ఒంటిపూట బడుల వల్ల 7.45 గంటలకే బడికి చేరాలన్న ఆతృతతో ఎలాంటి అల్పాహారం తీసుకోకుండా వస్తున్నారు. బడిలో రాగి జావ అందిస్తున్నప్పటికీ వారికి ఏమాత్రం సరిపోవడం లేదు.

ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ అవసరం..

పరీక్షల ఒత్తిడితో కొందరు విద్యార్థులు నిద్ర, ఆహారం విషయంలో నిర్లక్ష్యం వహిస్తున్నారు. దీంతో వైద్యులు విద్యార్థులకు పలు సూచనలు చేస్తున్నారు. పరీక్షల సమయంలో విద్యార్థులు జాగ్రత్తలు పాటిస్తూ ఒత్తిడికి గురికాకుండా సమయానికి ఆహారం తీసుకుంటూ, నిద్ర పోవాలని సూచిస్తున్నారు. పండ్లరసాలు, మజ్జిగతో కూడిన అన్నం, క్యారెట్ వంటివి తినాలని వైద్యులు పేర్కొంటున్నారు. ఉదయం ఇడ్లీ తినడం వల్ల విద్యార్థులకు కార్బోహైడ్రేట్లు లభిస్తాయని, జామ, అరటి, యాపిల్ వంటి పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ చక్కగా పని చేస్తుందని వైద్యులు తెలిపారు. పరీక్షల సమయంలో కొవ్వు పదార్థాలు, నూనె వస్తువులు, మాంసాహారాన్ని తగ్గించి, నీరు ఎక్కువగా తీసుకోవాలని, యోగా చేయాలని డాక్టర్లు విద్యార్థులకు సూచిస్తున్నారు.

ఆహారం, నిద్ర ముఖ్యం



పరీక్షలు దగ్గరపడుతున్నా కొద్ది విద్యార్థులు ఒత్తిడికి గురికావద్దు. చదివిన అంశాలు గుర్తుండాలంటే నిద్రకు 7 నుంచి 8 గంటల సమయం కేటాయించాలి. విద్యార్థులు ఇడ్లీ, పెరుగు, అన్నం, అరటిపండు, క్యారెట్, పాలు, నీళ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటే మంచిది.

- వెంకటేశ్, వైద్యాధికారి, పీహెచ్‌సీ, కెరమెరి

పోషకాహారంపై అవగాహన


పోషకాహారంపై అవగాహన కల్పిస్తున్న ఐసీడీఎస్ అధికారులు

- ప్రారంభమైన 5వ విడత పోషణ పక్వాడ
- పౌష్టికాహారంపై విస్తృత ప్రచారం
- ఏప్రిల్ 3 వరకు కార్యక్రమం

పెంచికల్‌పేట్: పోషకాహార లోపాన్ని నివారించడంతో పాటు పోషకాహార ప్రాముఖ్యతను ప్రతీ ఒక్కరికి తెలియజేసేందుకు మహిళాభివృద్ధి, శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో పోషణ పక్వాడ కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నారు. మార్చి 20వ తేదీన ప్రారంభమైన కార్యక్రమం ఏప్రిల్ 3 వరకు కొనసాగుతుందని అధికారులు పేర్కొంటున్నారు. విద్య, వైద్యం, ఐసీడీఎస్, ఐకేపీ సిబ్బంది సంయుక్తంగా 5వ విడుత కార్యక్రమంలో పాల్గొని ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.

మండలంలో 22 అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు ఉండగా వీటిలో 0 నుంచి 3 సంవత్సరాల పిల్లలు 612 మంది, 3 నుంచి 6 సంవత్సరాల పిల్లలు 686 మంది, గర్భిణులు 116 మంది, బాలింతలు 81 మంది ఉన్నారు. వీరికి ప్రతీ నెల అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల ద్వారా నిత్యం పాలు, గుడ్లు ఇతర పౌష్టికాహారం అందజేస్తున్నారు. అయితే మండలంలో ఇప్పటికీ 172 మంది పోషకాహార లోపంతో బాధపడుతున్న అధికారులు గుర్తించారు.

ఇంటింటా పోషణ సంబరాలు..

పోషణ పక్వాడ కార్యక్రమంలో భాగంగా పోషకాహరం ప్రాముఖ్యతను తెలియపర్చడానికి ఇంటింటా పోషణ సంబరాలు కార్యక్రమానికి ప్రభుత్వం శ్రీకారం చుట్టింది. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో గర్భిణులకు, మహిళలకు, కిశోర బాలికలకు తీసుకోవాల్సిన ఆహారనియమాలను వివరిస్తున్నారు. పౌష్టికాహారంలో భాగంగా తృణధాన్యాలు, ఆకుకూరలు, పాలు, గుడ్లు, మినుములు, పెసర్లు, రాగి జావ ప్రతీ రోజు తీసుకునేలా నిత్యం సదస్సులు నిర్వహిస్తున్నారు.

పకడ్బందీగా నిర్వహిస్తున్నాం

పోషణ పక్వాడలో భాగంగా ఇంటింటా పోషకాహార సంబరాలను నిర్వహిస్తున్నాం. ఆయా అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో టీచర్లతో కలిసి బాలికలు, గర్భిణులు, బాలింతలకు పోషకాహారంపై అవగాహన కల్పిస్తున్నాం. వైద్య పరీక్షలు నిర్వహిస్తూ ఐరన్ లోపాన్ని నివారిస్తున్నాం.

- హసీనా, ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్, పెంచికల్‌పేట్

ఘనంగా మైసమ్మ దేవి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన


ఆలయంలో పూజలు నిర్వహిస్తున్న అర్చకులు

ఆసిఫాబాద్‌అర్బన్: జిల్లా కేంద్రంలోని తెలంగాణ ఆదర్శ పాఠశాల సమీపంలో మున్నూరుకాపు సంఘం స్థలంలో ఆదివారం నూతనంగా నిర్మించిన ఆలయంలో మైసమ్మ విగ్రహాన్ని అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రతిష్ఠించారు. వేద పండితులు నిమ్మకంటి సంతోష్‌శర్మ, ఒజ్జల చంద్రశేఖర్‌శర్మల ఆధ్వర్యంలో ఆలయంలో హోమం, ధ్వజారోహణ, ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాలను చేపట్టారు. అనంతరం భక్తులకు తీర్థప్రసాద వితరణ చేశారు. కార్యక్రమంలో జిల్లాలోని భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని అమ్మవారికి కానుకలు సమర్పించి, మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. మధ్యాహ్నం అన్నదాన కార్యక్రమం చేపట్టారు.

విజయవంతం చేయండి

నార్నూర్: మండల కేంద్రంలో సోమవారం నిర్వహించే బీఆర్‌ఎస్ ఆత్మీయ సమ్మేళనాన్ని విజయవంతం చేయాలని ఎంపీటీసీ సభ్యుడు కిరణ్, సర్పంచ్ చంద్రహరీ కోరారు. ఆదివారం గాదిగూడ మండలంలోని ఖాండోవ్, కట్టగూడ, సెడ్వాయి, బోడ్డిగూడ, అల్లుగూడ, చిత్తగూడ గ్రామాల్లోని కార్యకర్తతో సమావేశం నిర్వహించారు.

వైభవంగా కుంకుమార్చన

ఆదిలాబాద్: శ్రీరామనవమి ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఆదిలాబాద్ పట్టణంలోని తిర్పెల్లి శ్రీరామాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఆదివారం సామూహిక కుంకుమార్చనలు నిర్వహించారు. ఆలయ అర్చకులు చిక్కిలి రాధాకృష్ణ మంత్రోచ్ఛరణ మధ్య ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. శ్రీరామనవమి రోజు భక్తులు తరలిరావాలని కోరారు.